مجله علوم پزشکی رازی دوره ۳۰، شماره ۱، فروردین ۱۴۰۲ http://rjms.iums.ac.ir

مقاله پژوهشی

پیش بینی رفتارهای ارتقا دهنده سلامت بر اساس نوروتیسیسم با توجه به نقش تعدیل کننده انعطاف پذیری روان شناختی در سالمندان مبتلا به فشار خون بالای شهر ارومیه

علی علی اصغری: دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، واحد ارومیه، دانشگاه آزاد اسلامی، ارومیه، ایران.

مهین اعتمادی نیا: استادیار گروه روانشناسی، واحد ارومیه، دانشگاه آزاد اسلامی، ارومیه، ایران، (* نویسنده مسئول) etemadi.mahin@gmail.com

چکیده

زمینه و هدف: پژوهش حاضر به پیش‌بینی رفتارهای ارتقا دهنده سلامت بر اساس نروتیسیسم در سالمندان مبتلا به فشار خون بالا با توجه به نقش تعدیل کننده انعطاف پذیری روان شناختی می‌پردازد.

روش کار: پژوهش حاضر یک طرح توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری پژوهش تمامی سالمندان مراجعه‌کننده به کلینیک های سطح شهر ارومیه در سال ۱۴۰۱ بود. به این منظور ۲۰۰ مشارکت کننده به صورت سهمیه ای انتخاب شدند. میانگین سنی مشارکت کنندگان ۶۵/۷ (انحراف معیار= ۵/۹۲ سال) بود و ۵۵/۳۳ درصد به جنس مذکر اختصاص داشتند. مشارکت کنندگان پرسشنامه مشخصات دموگرافیک، فرم کوتاه پنج عاملی بزرگ شخصیت (NEO-FFI)، رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت (HPLP-۲) و انعطاف‌پذیری روانشناختی(CFI-۲۰) را تکمیل نمودند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد بین خرده مقیاس‌های رفتارهای ارتقاءدهنده سلامت و نروتیسیسم ارتباط معنادار معکوس در دامنه (۰/۷۳- تا ۰/۹-) برقرار است. همچنین تحلیل مسیر نشان داد که نروتیسیسم با میانچی‌گری انعطاف پذیری روانشناختی، رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت را پیش بینی می نماید (NFI و CFI= ۰/۹۷) و (خی دو= ۵۶/۳).

نتیجه‌گیری: سلامت روان در سالمندان دارای فشار خون بالا نقش مهمی در رفتارهای ارتقاء سلامت آنان دارد.

تعارض منافع: گزارش نشده است.

منبع حمایت‌کننده: حامی مالی ندارد.

کلیدواژه‌ها

رفتارهای ارتقا دهنده سلامت،

نوروتیسیسم

انعطاف‌پذیری روان شناختی،

فشارخون و سالمند

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۱/۱۶

تاریخ چاپ: ۱۴۰۲/۰۱/۲۱

شیوه استناد به این مقاله:

Aliasghari A, Etemadinia M. Investigating the Relationship between Neuroticism and Health-Promoting Behaviors in the Elderly with High Blood Pressure: the Moderating Role of Psychological Flexibility. Razi J Med Sci. 2023;30(1): 315-323.

*انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC-SA 3.0 صورت گرفته است.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-12]

Razi Journal of Medical Sciences. 2023;30(1):315-323. http://rjms.iums.ac.ir

Original Article

Investigating the Relationship between Neuroticism and Health-Promoting Behaviors in the Elderly with High Blood Pressure: the Moderating Role of Psychological Flexibility

Ali Aliasghari: Master's student in general psychology, Urmia Branch, Islamic Azad University, Urmia, Iran.
Mahin Etemadinia: Assistant Professor, Department of Psychology, Urmia Branch, Islamic Azad University, Urmia, Iran. (* Corresponding author) etemadi.mahin@gmail.com

Abstract

Background & Aims: In the next 50 years, a large part of the world's population will be made up of the elderly over sixty years old. Demographers have estimated that by the year 2050, the population of people over sixty years old will reach 2 billion people in the world. This means that there is one elderly person for every 5 people. In this way, not only developed countries but also developing countries make up a large part of the population of people over 60 years old. This excessive increase in the elderly on the one hand and the industrialization of societies and forgetting on the other hand has caused the issue of the elderly and their problems to become an acute issue. After entering the aging stage, the human body suffers from many diseases, of which blood pressure in the elderly is one of the most important because high blood pressure carries the risk of heart attack. As high blood pressure is dangerous, low blood pressure is equally dangerous. Blood pressure in the elderly is a type of silent disease, and the patient almost does not notice that his blood pressure is high, and only realizes that the elderly person needs special care. Health promotion is the science and art of changing the lifestyle to achieve the desired perfection and it includes behaviors during which a person should eat properly, exercise regularly, avoid harmful behaviors and drugs, protect against accidents, and recognize the signs in time. Illness in the physical dimension, control of emotions, feelings, and thoughts and coping with stress and problems in the mental and psychological dimension, independence and adaptability, and correction of interpersonal relationships in the social dimension and the cause of many chronic diseases, lifestyle and human behaviors and performing health-enhancing behaviors is one of the most important ways that people can maintain their health. The six important components of a health-promoting lifestyle include health responsibility, physical activity, nutritional habits, stress management, spiritual growth, and interpersonal relationships. Neuroticism or neuroticism is one of the five big factors that make up the personality, it is usually considered as a tendency towards anxiety, depression, self-doubt, and other negative emotions. All personality traits, including neuroticism, lie on a spectrum only some people are much more neurotic than others. In the Big Five personality theory, neuroticism is sometimes described as low emotional stability or negative emotions. Many researchers have considered neuroticism as one of the important factors in predicting many important social factors such as marriage, strength of relationships, and physical characteristics and diseases. In a study that examined the models related to health promotion in middle-aged women, it was found that health promotion models that emphasize the role of culture in mental health are more effective in eastern cultures and could be more powerful in Promoting the health of middle-aged women should be effective. In this study, the factors affecting the improvement of mental health (reduction of depression, anxiety, stress, impulsivity and vulnerability to stress), improvement of health behaviors (exercise, hygiene, taking medicines on time, etc.) and the ability of a person to make decisions In the daily affairs of life, the most important predictors of health promotion were introduced. The purpose of psychological flexibility is that it gives a person the opportunity to face his current situation and evaluate it, and through such activities, a person makes sure that he can effectively deal with that situation. The position works. In general, resilience is a process of the ability or

Keywords
Health Promoting Behaviors, Neuroticism, Psychological Flexibility, Blood Pressure and the Elderly

Received: 07/02/2023
Published: 10/04/2023

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-12]

outcome to successfully adapt to threatening situations, thus meaning exposure to risk and better than expected outcomes, maintaining positive adaptation despite stressful experiences, and recovering well after It is damage. Therefore, it seems that psychological flexibility acts as a moderator in performing health behaviors among its predictors. But so far, researches have not directly investigated this role and determined its limits. In previous studies, the relationship between psychological flexibility and personality traits has been discussed and a significant relationship between them has been reported. In various researches, the relationship between neuroticism and health-promoting behaviors has been examined and it has been determined that anxiety is a negative predictor of health-promoting behaviors. The present research aims to predict health-promoting behaviors based on neuroticism in Elderly people with high blood pressure with regard to the moderating role of psychological flexibility.

Methods: The present research is a descriptive-correlation design. The statistical population of the research was all the elderly who referred to the clinics of Urmia city in 1401. For this purpose, 200 participants were selected on a quota basis. The average age of the participants was 65.7 (standard deviation = 5.92 years) and 55.33% were male. The participants completed the questionnaire of demographic characteristics, short form of big five factors of personality (NEO-FFI), health promoting behaviors (HPLP-2) and psychological flexibility (CFI-20).

Results: The results showed that there is a significant inverse relationship between the subscales of health-promoting behaviors and neuroticism in the range (-0.73 to -0.9). Also, path analysis showed that neuroticism predicts health-enhancing behaviors through the mediation of psychological flexibility (NFI and CFI = 0.97) and (Chi-square = 56.3).

Conclusion: In explaining this finding, it can be said that personality factors, as the most influential dimensions and psychological traits, play an important role in determining the general and stable behaviors of humans, therefore, health-related behaviors and psychological health are influenced by important personality factors and personality traits. Since personality and personality factors are formed in early life and during development in humans, they play an important role in predicting behaviors related to human health, this effect is to the extent that when a person has high psychological flexibility However, neuroticism significantly causes health-damaging behaviors. Depression, anxiety, and stress in the elderly are a very important issue and to control their direct and indirect destructive effects, they should be directly prevented and treated. In this research, only elderly people with high blood pressure in Urmia City participated and also a questionnaire was used to participate in the research, it will be beneficial to conduct research with a wider community and use clinical interviews in future research. Mental health in the elderly with high blood pressure plays an important role in their health promotion behaviors.

Conflicts of interest: None
Funding: None

Cite this article as:
Aliasghari A, Etemadinia M. Investigating the Relationship between Neuroticism and Health-Promoting Behaviors in the Elderly with High Blood Pressure: the Moderating Role of Psychological Flexibility. Razi J Med Sci. 2023;30(1): 315-323.

*This work is published under CC BY-NC-SA 3.0 licence.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-12]

مقدمه

بخش بزرگی از جمعیت جهان را در طول ۵۰ سال آینده سالخوردگان شصت سال به بالا تشکیل می‌دهند جمعیت شناسان تخمین‌زده‌اند تا سال ۲۰۵۰ جمعیت افراد بالای شصت سال به ۲ میلیارد نفر در جهان برسد. این بدان معناست که به ازاء هر ۵ نفر یک نفر سالمند وجود دارد. به این ترتیب نه فقط کشورهای توسعه یافته بلکه در کشورهای در حال توسعه نیز بخش بزرگی از جمعیت افراد بالای ۶۰ سال تشکیل می‌دهند. این افزایش بی‌رویه سالمندی از یک سو و صنعتی شدن جوامع و به فراموشی سپردن از سوی دیگر باعث شده که مسئله سالمندان و مشکلات آن‌ها به مسئله‌ای حاد مبدل شود. بدن انسان پس از قدم گذاشتن در مرحله پیری دچار بیماری‌های متعددی می‌شود که فشارخون در سالمندان از مهم‌ترین آن‌ها می‌باشد به دلیل اینکه بالا رفتن فشارخون خطر سکته قلب را به همراه دارد (۱). هر چه بالا رفتن فشارخون خطرناک باشد به همان اندازه پایین بودن فشارخون نیز خطرناک می‌باشد (۲). فشارخون در سالمندان یک نوع بیماری خاموش می‌باشد و تقریبا فرد بیمار متوجه بالا بودن فشارخون خود نمی‌شود و زمانی متوجه آن می‌شود که فرد سالمند نیاز به مراقبت‌های ویژه دارد (۳). ارتقای سلامت، علم و هنر تغییر سبک زندگی به منظور رسیدن به کمال مطلوب است و شامل رفتارهایی است که طی آن، فرد به تغذیه مناسب، ورزش منظم، اجتناب از رفتارهای مخرب و مواد مخدر، محافظت در برابر حوادث، تشخیص به موقع نشانه‌های بیماری در بعد جسمی، کنترل عواطف و احساسات و افکار و کنار آمدن با استرس و مشکلات در بعد روحی و روانی، استقلال و سازگاری و اصلاح روابط بین فردی در بعد اجتماعی می‌پردازد (۴). علت بسیاری از بیماری‌های مزمن، سبک زندگی و رفتارهای انسان است و انجام رفتارهای ارتقاءدهنده سلامت یکی از مهم‌ترین راه‌هایی است که افراد می‌توانند سلامتی خود را حفظ نمایند (۵). شش جزء مهم سبک زندگی ارتقاءدهنده سلامتی شامل مسئولیت‌پذیری سلامتی، فعالیت جسمانی، عادات تغذیه‌ای، مدیریت استرس، رشد معنوی و روابط بین فردی است (۶). روان‌رنجوری یا نوروتیسیزم یکی از پنج عامل بزرگی است که شخصیت را تشکیل می‌دهند، به طور معمول به عنوان تمایل به اضطراب، افسردگی، شک به خود و سایر احساسات منفی تلقی می‌شود (۷). تمام خصوصیات شخصیتی، از جمله روان‌رنجوری، در یک طیف قرار دارند تنها بعضی از افراد بسیار عصبی‌تر از دیگران هستند. در نظریه پنج عامل بزرگ شخصیتگاهی اوقات روان رنجوری به عنوان ثبات کم عاطفی یا احساسات منفی توصیف می‌شود (۸). همچنین پژوهش‌های آزمایشی، اثربخش بودن آموزش رفتارهای ارتقاءدهنده سلامت در بهبود و کنترل اضطراب را تایید نموده‌اند (۹). پژوهش‌های موردی نیز نشان از آن دارند که نرتیسیسم در سالمندان به صورت معناداری در روابط بین فردی و کیفیت زندگی، مشکلات بین فردی و مشکلات زناشویی موثر است (۱۰). در پژوهشی که به بررسی بروز جلوه‌های بیرونی روانرنجورخویی در سنین مختلف می‌پرداخت به این نتیجه رسیدند که روانرنجورخویی در دوران جولنی خود را به صورت اضطراب و تکانشی بودن بیشتر و میل فرد برای رفتارهای پرخاشگرانه بیشتر نشان می‌دهد اما هر چه سن فرد بالاتر رود روانرنجورخویی بیشتر به دوری‌گزینی در روابط بین فردی و بدبینی به اطرافیان و اجتماع خود را نشان خواهد داد (۱۱). در مطالعه‌ای که به بررسی مدل‌های مرتبط با ارتقاء سلامت در زنان میان سال پرداخته بود مشخص شد که مدل‌های ارتقاء سلامت که به نقش فرهنگ در سلامت روان اهمیت می‌دهند در فرهنگ‌های شرقی اثربخشی بیشتری دارند و می‌توانستند به صورت قوی‌تری در ارتقاء سلامت زنان میان‌سال اثربخش باشند. در این مطالعه عوامل اثرگذار بر بهبود سلامت روانی (کاهش افسردگی، اضطراب، استرس، تکانشگری و آسیب‌پذیری به استرس)، بهبود رفتارهای سلامتی (ورزش کردن، رعایت بهداشت، خوردن به موقع داروها و ...) و توانایی فرد برای تصمیم‌گیری در امورات روزمره زندگی مهترین پیش بینی‌کننده‌های ارتقاء سلامت معرفی شدند (۱۲). هدف از انعطاف‌پذیری روانشناختی این است که به فرد این فرصت را می‌دهد تا با شرایط و موقعیت جاری خود مواجه شود و آن را ارزیابی کند و از طریق این چنین فعالیت‌هایی، فرد مطمئن می‌شود که به طور اثر بخشی در آن شرایط و موقعیت عمل می‌کند (۱۳). به طور کلی انعطاف‌پذیری یک فرآیند تولنایی یا پیامد سازگاری موفقیت‌آمیز با

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-12]

شرایط تهدیدکننده است بنابراین به معنای در معرض خطر قرار گرفتن و پیامدهایی بهتر از حد مورد انتظار نشان دادن، حفظ سازگاری مثبت علی رغم وجود تجارب استرس‌آور و بهبودی خوب پس از آسیب می‌باشد (۱۴). بنابراین به نظر می‌رسد که انعطاف‌پذیری روانشناختی به عنوان یک تعدیل کننده در انجام رفتارهای سلامتی در میان پیش بینی کننده های آن عمل نماید. اما تا کنون در پژوهش‌ها به صورت مستقیم به بررسی این نقش و تعیین حدود آن پرداخته نشده است. در مطالعه‌های پیشین به رابطه میان انعطاف‌پذیری روانشناختی و صفات شخصیتی پرداخته شده و رابطه معناداری بین آن‌ها گزارش شده است (۱۵). این پرسشنامه به فارسی ترجمه و ویژگی‌های روان‌سنجی آنها موردمطالعه قرار نگرفته است (۳). پژوهش حاضر به پیش‌بینی رفتارهای ارتقادهنده سلامت بر اساس نروتیسیسم در سالمندان مبتلا به فشار خون بالا با توجه به نقش تعدیل کننده انعطاف پذیری روان شناختی می‌پردازد.

روش کار

پژوهش حاضر پیرو طرحی از نوع همبستگی و رگرسیون بود. این مقاله برگرفته از پایان‌نامه دکترا و زیر نظر کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه انجام شده است و در آن کمیته طی کد اخلاقی به شناسه IR.IAU.URMIA.REC.1402.099 به تصویب رسیده است. جامعه آماری تحقیق شامل کلیه سالمندان بالای ۶۰ سال مبتلا به فشار خون مراجعه کننده به کلینیک‌های سطح شهر ارومیه در سال ۱۴۰۱ بود. نمونه آماری از سالمندان بالای ۶۰ سال مبتلا به فشار خون مراجعه کننده به کلینیک‌های سطح شهر ارومیه بود که به روش سهمیه‌ای انتخاب شدند. با توجه به استعلام صورت گرفته از دانشگاه علوم پزشکی ارومیه، تعداد سالمندان بالای ۶۰ سال مبتلا به فشار خون مراجعه کننده به کلینیک‌های سطح شهر ارومیه در هر مرکز مشخص و با توجه به جامعه آماری هر کلینیک نسبت نمونه انتخاب شده در هر کلینیک مشخص شد. در مجموع ۲۰۰ نفر به عنوان مشارکت کننده در پژوهش انتخاب شدند.

پرسشنامه ۶۰ سوالی پنج عاملی بزرگ شخصت (NEO-FFI): این مقیاس خودگزارشی ۶۰ گویه ای است که برای اندازه‌گیری پنج عامل بزرگ شخصیت (نوروتیسیسم، برون گرایی، گشودگی، توافق پذیری و وجدان گرایی) به کار می‌رود. ضرایب روایی ملاکی بین ٪۴۵ تا ٪۶۶ بوده اند. ضرایب پایانی این آزمون با استفاده از ضرایب آلفای کرونباخ بین ٪۵۶ تا ٪۸۷ به دست آمده است. در این پژوهش، از این مقیاس برای سنجش ابعاد نوروتیسیسم و برون گرایی به عنوان صفات سطح بالای سرشتی استفاده شد که به ترتیب ضرایب پایایی این دو خرده مقیاس در این پژوهش، ۰/۸۱ و ۰/۸۷ است.

پرسشنامه ۵۲ سوالی رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت: این پرسشنامه ۵۲ آیتم دارد و محتوی سوالاتی در زمینه شش بعد رفتار ارتقادهنده سلامت شامل تغذیه، فعالیت فیزیکی، رشد معنوی، مسئولیت پذیری سلامت، کنترل استرس و روابط بین فردی است. تمامی آیتم‌ها بر اساس مقیاس لیکرت از ۱ تا ۴ (۱= هرگز، ۲= گاهی اوقات، ۳= اغلب، ۴= همیشه) نمره دهی می‌شوند. نمره هر یک از ابعاد به طور جداگانه و یک نمره کلی برای کل ابعاد بدست می‌آید. نسخه فارسی این ابزار در مطالعه‌ای بر روی سالمندان تهیه شده است و شاخص آلفای کرونباخ در یک مطالعه مقدماتی بر روی ۱۲ نفر سالمند ۶۵ ساله و بالاتر، ۰/۸۷ محاسبه گردیده است. در پژوهش حاضر میزان ضریب همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس ها از ۰/۸۱ تا ۰/۸۶ در نوسان بود و این ضریب برای مقیاس کلی پرسشنامه ۰/۸۸ به دست آمد.

پرسشنامه ۲۰ سوالی انعطاف پذیری روانشناختی (CFI-20): این پرسشنامه برای ارزیابی میزان پیشرفت فرد در کار بالینی و غیربالینی و برای ارزیابی میزان پیشرفت فرد در ایجاد تفکر انعطاف پذیر در درمان شناختی -رفتاری افسردگی و سایر بیماری های روانی به کار می‌رود. در پژوهش آلفای کرنباخ برای خرده مقیاس‌های جایگزین‌ها، کنترل و جایگزین‌هایی برای رفتارهای انسانی به ترتیب برابر ۰/۷۲، ۰/۵۵ و

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-12]

۰/۵۷ بدست آمد. در پژوهش حاضر ضریب همسانی درونی برای خرده مقیاس‌های جایگزین‌ها، کنترل و جایگزین‌هایی برای رفتارهای انسانی به ترتیب برابر ۰/۷۷، ۰/۶۷ و ۰/۶۸ بدست آمد.

یافته‌ها

در مرحله اول ضرایب همبستگی میان نروتیسیسم با رفتارهای اتقاءدهنده سلامت در سالمندان محاسبه شد که در جدول شماره ۱ قابل مشاهده می‌باشد. همانطور که در جدول شماره ۱ مشاهده می‌گردد روانرنجورخویی با سایر فاکتورهای پرسشنامه رفتارهای ارتقاءدهنده

درصد دارای قومیت فارسی بودند. همچنین ۶۴/۵ درصد از آن ها شهر نشین و ۳۵/۵ درصد ساکن روستا بودند. جدول شماره ۲ نتایج تحلیل رگرسیون نروتیسیسم و خرده مقیاس های انعطاف‌پذیری روانشناختی را با رفتارهای ارتقادهنده سلامت را به روش ورود همزمان در کل اعضای نمونه نشان می‌دهد. در این مدل با ورود نروتیسیسم و خرده مقیاس‌های انعطاف‌پذیری روانشناختی به معادله رگرسیون به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده رفتارهای ارتقاءدهنده سلامت، ضریب رابطه ۰/۴۷و ضریب تعیین ۰/۲۲ به‌دست آمده است که نشانگر تبیین ۲۲ درصد واریانس رفتارهای ارتقادهنده

جدول ۱- ضرایب همبستگی متغیرهای رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت در سالمندان و نروتیسیسم

	(۱)	(۲)	(۳)	(۴)	(۵)	(۶)	(۷)
روانرنجورخویی (۱)	۱	-۰/۹*	-۰/۷۳*	-۰/۸۸*	-۰/۷۷*	-۰/۸۵*	-۰/۸۵*
تغذیه(۲)	–	۱	۰/۷۸*	۰/۹*	۰/۸۲*	۰/۹*	۰/۸۹
فعالیت فیزیکی(۳)	–	–	۱	۰/۸۸*	۰/۷۱*	۰/*۷۴	-۰/۸۱
رشد معنوی (۴)	–	–	–	۱	۰/۹۲*	۰/۹*	۰/۹۳*
مسئولیت‌پذیری‌سلامت (۵)	–	–	–	–	۱	۰/۸۲*	۰/۹*
کنترل استرس (۶)	–	–	–	–	–	۱	۰/۸۲*
روابط بین فردی (۷)	–	–	–	–	–	–	۱

جدول ۲- نتایج تحلیل رگرسیون نروتیسیسم و خرده مقیاس های انعطاف پذیری روانشناختی با رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت

مدل	R	R^2	R^2 تعدیل شده	F	P
۱	۰/۴۷	۰/۲۲	۰/۲۱	۳۵/۸۳	۰/۰۰۱

سلامت در سالمندان رابطه معکوس و معنادار دارد که از نظر شدت همبستگی‌ها قوی می‌باشند. همچنین خرده مقیاس‌های پرسشنامه رفتارهای ارتقاءدهنده سلامت در سالمندان با یکدیگر نیز همبستگی مثبت و معنادار با سطح اطمینان ۹۹ درصد و از نظر شدت در سطح قوی دارند. نتایج به دست آمده از تحلیل اطلاعات دموگرافیک مشارکت کنندگان در پژوهش نشان می‌دهد که میانگین سنی مشارکت‌کنندگان ۶۹/۲۵ (انحراف استاندارد= ۵/۶۸ سال) که ۵۰/۵٪ آنها مونث بودند. ۴۳ درصد از مشارکت‌کنندگان متاهل، ۴۳ درصد تنها به دلیل فوت همسر، ۱۲ درصد تنها به دلیل متارکه و ۴ درصد هم تجربه ازدواج نداشته اند. ۵۲/۵ درصد از مشارکت‌کنندگان ترک زبان، ۳۸/۵ درصد کرد زبان و ۹

سلامت توسط متغیرهای پیش‌بین است. جدول شماره ۳ ضریب رگرسیون متغیرهای پیش‌بین با رفتارهای ارتقا دهنده سلامت را به روش ورود همزمان نشان می‌دهد. بر اساس نتایج مندرج در جدول نروتیسیم و تمامی خرده مقیاس‌های انعطاف‌پذیری روانشناختی، رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت را به‌طور معناداری پیش بینی می‌کنند. با توجه به این که نقش تعدیل‌کننده انعطاف پذیری در رابطه با نروتیسیسم و رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت مد نظر مکی باشد، دو متغیر تعدیل کننده (انعطاف پذیری روانشناختی) و پیش بین (نروتیسیسم) با استفاده از رگرسیون چند متغیره و به صورت همزمان به پیش بینی رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت خواهند پرداخت. جدول شماره ۴ نتایج تحلیل

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-12]

جدول ۳- ضریب استاندارد رگرسیون متغیرهای پیش‌بین با رفتارهای ارتقا دهنده سلامت

	ضریب متغیر (B)	خطای استاندارد ضریب (SEB)	ضریب استاندارد (B)	مقدار t	P
مقدار ثابت	۲۰/۱۲	۴/۲		۸/۶۳	۰/۰۰۱
نروتیسیسم	-۱۳/۵	۳/۶	-۰/۶۱	-۸/۳	۰/۰۰۱
جایگزین ها	۴/۴۵	۱/۵۴	۰/۳۱	۴/۱	۰/۰۰۱
کنترل	۷/۲۵	۲/۶۳	۰/۳۸	۶/۲	۰/۰۰۱
رفتار انسانی	۵/۱	۲/۱	۰/۳۳	۵/۲	۰/۰۰۱

جدول ٤- نتایج تحلیل رگرسیون نروتیسیسم و انعطاف پذیری روانشناختی با رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت

مدل	R	R^2	R^2 تعدیل شده	F	P
۱	۰/۵۳	۰/۳۰	۰/۲۹	۳۸/۱۲	۰/۰۰۱

جدول ۵- ضریب استاندارد رگرسیون متغیرهای پیش‌بین با رفتارهای ارتقا دهنده سلامت

	ضریب متغیر (B)	خطای استاندارد ضریب (SEB)	ضریب استاندارد (B)	مقدار t	P
مقدار ثابت	۲۰/۱۲	۴/۲		۸/۶۳	۰/۰۰۱
نروتیسیسم	-۱۰/۵	۳/۶	-۰/۶۸	-۸/۳	۰/۰۰۱
انعطاف پذیری	۴/۴۵	۱/۵۴	۰/۳۲	۴/۱	۰/۰۰۱

رگرسیون نروتیسیسم و رفتارهای ارتقا دهنده سلامت و انعطاف‌پذیری روانشناختی را به روش ورود همزمان در کل اعضای نمونه نشان می‌دهد. در این مدل با ورود نروتیسیسم و انعطاف پذیری روانشناختی به معادله رگرسیون به‌عنوان پیش‌بینی کننده رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت، ضریب رابطه ۰/۵۵و ضریب تعیین ۰/۳۰ به‌دست آمده است که نشانگر تبیین ۳۰ درصد واریانس رفتارهای ارتقا دهنده سلامت توسط متغیرهای پیش بین است. جدول شماره ۵ ضریب رگرسیون متغیرهای پیش‌بین با رفتارهای ارتقا دهنده سلامت را به روش ورود همزمان نشان می‌دهد. بر اساس نتایج مندرج در جدول نروتیسیسم و انعطاف پذیری روانشناختی، رفتارهای ارتقاءدهنده سلامت را به‌طور معناداری پیش‌بینی می‌کنند.

بحث

یافته‌های پژوهش حاضر در جه نخست وجود همبستگی بین نروتیسیسم و رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت (تغذیه، فعالیت فیزیکی، رشد معنوی، مسئولیت‌پذیری سلامت، کنترل استرس و روابط بین فردی) در سالمندان مبتلا به فشارخون بالا را نشان داد. یافته‌های پژوهش حاضر با یافته‌های پژوهش ویلیامز(Williams) و همکاران(۲۰۲۳) (۲)، سیورتسون (Sivertsen) و همکاران (۲۰۱۳) (۱۵) و کا (Ka) و همکاران (۲۰۲۱) (۴) همسو می‌باشد. روانرنجورخویی و عوامل آن مانند اضطراب، استرس، تکانشگری و خشم با عوامل مرتبط با ارتقاء سلامت رابطه معناداری دارند و هر چه فرد از روانرنجورخویی بیشتر در رنج باشد به همان نسبت رفتارهای ارتقاءدهنده سلامت کمتری در زمینه‌های تغذیه، فعالیت فیزیکی، رشد معنوی، مسئولیت پذیری سلامت، کنترل استرس و روابط بین فردی خواهد داشت(۹). در رابطه با اثرات روانرنجورخویی در سالمندان بر روی ۳۰ سالمند اسپانیایی انجام شد نتایج نشان داد که سالمندانی که تشخیص روانرنجورخویی (یکی از اختلالات شایع اضطرابی یا افسردگی) دریافت کرده بودند به صورت معناداری در روابط بین فردی و کیفیت زندگی پایین‌تر از سایر سالمندان بودند و امید به زندگی کمتر و مشکلات زناشویی بیشتری را گزارش نمودند (۱۵). یافته‌های

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-12]

حاضـر را می‌توان این چنین تبیین نمود که برخی ابعاد شـخصـیتی مانند سـلامت‌روان بالا می‌توانند احسـاس امنیت و آرامش بالاتری در فرد شـوند که همین موجب بهبود وضـعیت زندگی روزمره و رفتارهای سـلامتی فرد می‌شـود. همچنین رفتارهای مرتبط با سـلامتی مثل ورزش کردن، رعایت بهداشـت و ... نیز می‌توانند میزان افسـردگی و اضـطراب فرد را تقلیل دهند. عوامل شخصیتی به این دلیل که الگوهای پایدار رفتار می‌باشند در طول زمان سبب می‌شوند که فرد فاکتورهای تنش و اضطراب بالاتری را تجربه نماید و در نتیجه پس از مدتی فردی که رگه های شـخصـیتی نامناسـبی دارد میزان اضـطراب، افسـردگی و اسـترس بیشـتری را تجربه می‌نماید. همچنین در زمینه ارتقاء سـبک سـلامتی هر چه فرد به سمت سبک زندگی سالم‌تری پیش برود به همان اندازه احتمال مواجه شدن با بیماری‌های جسمی و روانشناختی در وی کم تر می‌شود و فرد طبیعتا میزان اضطراب، افسردگی و استرس کم‌تری را تجربه می‌نماید. در بررسـی مدل مفهومی پژوهش مشـخص شـد که انعطاف‌پذیری روانشناختی در رابطه میان نروتیسیسم و رفتارهای ارتقاء دهنده سـلامت نقش تعدیل کننده دارد ؛ یعنی دانش‌آموزانی که اسـتفاده کمی از راهبردهای یادگیری خودتنظیمی می‌کنند، از احساس خودکارآمدی کمتری در ریاضـیات برخوردارند و خودشـان را به لحاظ ریاضـی توانمند و باکفایت تلقی نمی‌کنند (۳). عوامل اثرگذار بر بهبود سـلامت‌روانی (کاهش افسـردگی، اضـطراب، اسـترس، تکانشـگری و آسـیب‌پذیری به استرس)، بهبود رفتارهای سلامتی (ورزش کردن، رعایت بهداشـت، خوردن به موقع داروها و ...) و توانایی فرد برای تصـمیم‌گیری در امورات روزمره زندگی مهمترین پیش‌بینی کننده‌های ارتقاءسـلامت معرفی شـدند. سـلامت روانی (مقیاس نوروزگرایی پایین) با سـلامت جسمانی رابطه مثبتی دارد و به طور کلی سلامت روانی و سـلامت محیط که جزو متغیرهای این کار بود با کیفیت زندگی سالمندان رابطه مثبت بالایی دارد (۱۱).

نتیجه‌گیری

در تبیین نتایج مقاله می‌توان گفت که فاکتورهای شـخصـیتی به عنوان با نفوذترین ابعاد و رگه های روانشـناختی نقش مهمی در تعیین رفتارهای کلی و پایدار انسـان‌ها دارند لذا انجام رفتارهای مرتبط با سـلامتی و نیز سـلامت روانشـناختی تحت تاثیر فاکتورهای مهم شـخصـیتی و رگه‌های شـخصـیت می‌باشـند. از آن جایی که شـخصـیت و فاکتورهای شخصیتی در دوران اولیه زندگی و طی مسیر رشدی در انسـان‌ها به وجود می‌آیند نقش مهمی در پیش‌بینی رفتارهای مرتبط با سـلامتی انسـان دارند، این تاثیر در حدی می‌باشـد که حتی وقتی فرد انعطاف پذیری روانشناختی بالایی هم داشته باشد بازهم روانرنجورخویی به صورت معناداری رفتارهای مخرب سلامتی را سبب می‌گردد. افسردگی، اضطراب و استرس در سالمندان مسئله بسیار مهمی است و برای کنترل اثرات مستقیم و غیر مسـتقیم مخرب آن‌ها باید به صـورت مسـتقیم به پیش‌گیری و درمان آن‌ها پرداخت.

محدودیت‌ها: در این پژوهش تنها سـالمندان مبتلا به فشار خون شهر ارومیه مشارکت داشتند و همچنین از پرسشنامه برای مشارکت در پژوهش استفاده شد.

پیشنهادها: انجام پژوهش‌هایی با جامعه گسترده‌تر و اسـتفاده از مصـاحبه‌های بالینی در پژوهش‌های آتی سودمند خواهد بود.

References

1. Kötter T, Tautphäus Y, Scherer M, Voltmer E. Health-promoting factors in medical students and students of science, technology, engineering, and mathematics: design and baseline results of a comparative longitudinal study. BMC Med Educ. 2014;14:134.
2. Williams MK, Waite L, Van Wyngaarden JJ, Meyer AR, Koppenhaver SL. Beyond yellow flags: The Big-Five personality traits and psychologically informed musculoskeletal rehabilitation. Musculoskeletal Care. 2023;21(4):1161-1174.
3. Kaplan SC, Levinson CA, Rodebaugh TL, Menatti A, Weeks JW. Social anxiety and the Big Five personality traits: the interactive relationship of trust and openness. Cogn Behav Ther. 2015;44(3):212-22.
4. Ka L, R E, K W, G J, Lje B. Associations between Facets and Aspects of Big Five Personality and Affective Disorders:A Systematic Review and Best Evidence Synthesis. J Affect Disord. 2021;288:175-188.
5. Bryant C, Bei B, Gilson KM, Komiti A, Jackson

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-12]

H, Judd F. Antecedents of Attitudes to Aging: A Study of the Roles of Personality and Well-being. Gerontologist. 2016;56(2):256-65.

6. Bryant C, Bei B, Gilson K, Komiti A, Jackson H, Judd F. The relationship between attitudes to aging and physical and mental health in older adults. Int Psychogeriatr. 2012;24(10):1674-83.

7. Klokgieters SS, Kok AAL, Visser M, van Groenou MIB, Huisman M. Changes in the role of explanatory factors for socioeconomic inequalities in physical performance: a comparative study of three birth cohorts. Int J Equity Health. 2021;11;20(1):252.

8. Bann D, Johnson W, Li L, Kuh D, Hardy R. Socioeconomic inequalities in childhood and adolescent body-mass index, weight, and height from 1953 to 2015: an analysis of four longitudinal, observational, British birth cohort studies. Lancet Public Health. 2018;3(4):e194-e203.

9. Armon G, Toker S. The role of personality in predicting repeat participation in periodic health screening. J Pers. 2013;81(5):452-64.

10. Fryers T, Brugha T. Childhood determinants of adult psychiatric disorder. Clin Pract Epidemiol Ment Health. 2013;9:1-50.

11. Holahan CK, Suzuki R. Adulthood predictors of health promoting behavior in later aging. Int J Aging Hum Dev. 2004;58(4):289-313.

12. Laferrier JZ, Teodorski E, Cooper RA. Investigation of the Impact of Sports, Exercise, and Recreation Participation on Psychosocial Outcomes in a Population of Veterans with Disabilities: A Cross-sectional Study. Am J Phys Med Rehabil. 2015;94(12):1026-34.

13. Li J, Yu J, Chen X, Quan X, Zhou L. Correlations between health-promoting lifestyle and health-related quality of life among elderly people with hypertension in Hengyang, Hunan, China. Medicine (Baltimore). 2018
;97(25):e10937.

14. Vollrath ME, Landolt MA, Gnehm HE, Laimbacher J, Sennhauser FH. Child and parental personality are associated with glycaemic control in Type 1 diabetes. Diabet Med. 2007;24(9):1028-33.

15. Sivertsen H, Lillefjell M, Espnes GA. The relationship between health promoting resources and work participation in a sample reporting musculoskeletal pain from the Nord-Trøndelag Health Study, HUNT 3, Norway. BMC Musculoskelet Disord. 2013;19;14:100.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-12]